



Institut Rozwoju  
Kompetencji  
Skeleton KLAUDIA  
JASIŃSKA

★★★★★ 4,6 / 5

208 ocen

## Profesjonalne szkolenie: Agresja, złość, samookaleczenia u dzieci i młodzieży. Metody pracy wychowawczej i terapeutycznej z elementami Treningu Zastępowania Agresji (TZA).

Numer usługi 2026/06/22/118749/3641804

- Usługa szkoleniowa
- zdalna w czasie rzeczywistym
- Zajęcia grupowe
- 12:00 h
- 12.10.2026 do 19.10.2026

1 200,00 PLN brutto  
1 200,00 PLN netto  
100,00 PLN brutto/h  
100,00 PLN netto/h  
128,21 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Inne / Edukacja
<b>Identyfikatory projektów</b>	Nowy start w Małopolsce z EURESEM, Kierunek - Rozwój, Małopolski Pociąg do kariery
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<p>Nauczyciele, wychowawcy, pedagodzy, psychologzy szkolni, terapeuci oraz specjaliści pracujący z młodzieżą, w tym także opiekunowie młodzieży w placówkach edukacyjnych i wychowawczych, a także rodzice i konsultanci, którzy szukają efektywnych narzędzi do zarządzania agresją i trudnymi zachowaniami w codziennym życiu. Szkolenie jest dedykowane wszystkim, którzy pragną poszerzyć swoją wiedzę i umiejętności w zakresie pracy z młodzieżą borykającą się z emocjonalnymi trudnościami i zachowaniami buntowniczymi.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Szkolenie jest kierowane również do uczestników projektu „Małopolski pociąg do kariery – sezon 1” i/lub „Nowy start w Małopolsce z EURESem”;</i></li> <li>• <i>Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój</i></li> <li>• <i>Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek - Rozwój</i></li> <li>• <b><i>Szkolenie stanowi także wsparcie dla osób indywidualnych.</i></b></li> </ul>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	5
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	20
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	11-10-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	zdalna w czasie rzeczywistym

# Cel

## Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego rozpoznawania i diagnozowania przyczyn agresywnych oraz buntowniczych zachowań u dzieci i młodzieży, a także do stosowania strategii interwencji wychowawczej i elementów Treningu Zastępowania Agresji (TZA). Uczestnik po zakończeniu usługi będzie przygotowany do podejmowania działań wspierających rozwój umiejętności społecznych, samokontroli i empatii u młodych osób oraz do prowadzenia zajęć z elementami ART w środowisku edukacyjnym lub wychowawczym.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje przyczyny trudnych zachowań dzieci (nieśmiałość, nadpobudliwość, agresja).	Uczestnik omawia trzy główne typy trudnych zachowań (nieśmiałość, nadpobudliwość, agresja) oraz ich przyczyny.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik wdraża odpowiednie metody pracy z dziećmi o specyficznych potrzebach.	Uczestnik opisuje konkretne strategie pracy z dzieckiem wykazującym trudne zachowania oraz podaje przykłady ich zastosowania.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik stosuje narzędzia obserwacji i diagnozowania zachowań.	Uczestnik opisuje przykładową sytuację, w której odpowiednio dobiera narzędzia obserwacji oraz diagnozowania zachowań.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik stosuje otwartość na perspektywę dziecka i rodziców, formułuje propozycje współpracy w celu wspólnego rozwiązania problemów.	Uczestnik opisuje jak buduje współpracę z rodzicami w pracy nad trudnymi zachowaniami dziecka.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

# Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

**Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?**

TAK

**Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

TAK

# Program

## Dzień 1

**16.30–17.00 | Wprowadzenie do szkolenia. Forma prowadzenia: miniwykład, dyskusja wprowadzająca.**

- Powitanie uczestników.
- Przedstawienie programu i celów szkolenia.
- Omówienie najczęstszych wyzwań wychowawczych i terapeutycznych związanych z agresją, złością oraz trudnościami emocjonalnymi dzieci i młodzieży.
- Kontrakt grupowy i określenie oczekiwań uczestników.

**17.00–18.30 | Kim są dzieci i młodzież z trudnościami emocjonalnymi? Co kryje się za ich zachowaniem? Forma wykłady i ćwiczenia.**

- Mechanizmy powstawania zachowań trudnych.
- Agresja jako forma komunikacji niezaspokojonych potrzeb.
- Wpływ doświadczeń traumatycznych, relacji rodzinnych i środowiskowych na funkcjonowanie dziecka.
- Analiza przyczyn zachowań agresywnych, buntowniczych i autoagresywnych.
- Rozpoznawanie sygnałów ostrzegawczych.

**18.30–18.45 | Przerwa**

**18.45–19.15 | Indywidualny Plan Działania (IPD) – dostosowanie interwencji do potrzeb dziecka i nastolatka z trudnościami emocjonalnymi.**

**Forma wykłady i ćwiczenia**

- Zasady tworzenia Indywidualnego Planu Działania.
- Diagnoza potrzeb i zasobów dziecka.
- Dobór adekwatnych metod wsparcia i oddziaływań wychowawczych.
- Współpraca z rodziną i specjalistami.

**19.15–20.00 | Warsztat praktyczny – tworzenie Indywidualnego Planu Działania. Forma wykłady i ćwiczenia**

- Praca na przygotowanych opisach przypadków.
- Opracowanie celów krótko- i długoterminowych.
- Planowanie działań wspierających rozwój kompetencji emocjonalno-społecznych.

**20.00–20.30 | Omówienie i podsumowanie ćwiczenia. Forma wykłady i ćwiczenia**

- Prezentacja wypracowanych planów.
- Dyskusja i wymiana doświadczeń.
- Informacja zwrotna od prowadzącego.

## Dzień 2

**16.30–18.00 | Samookaleczenia u dzieci i młodzieży – rozpoznawanie, rozumienie, reagowanie. Forma wykłady i ćwiczenia**

- Czym są zachowania autoagresywne?
- Najczęstsze przyczyny samookaleczeń.
- Funkcje samookaleczeń w regulacji emocji.
- Czynniki ryzyka oraz czynniki chroniące.
- Jak rozmawiać z dzieckiem lub nastolatkiem, który się samookalecza?
- Procedury postępowania w sytuacjach kryzysowych.

#### **18.00–18.15 | Przerwa**

#### **18.15–19.00 | Metody pracy z dziećmi i młodzieżą samookaleczającą się w nurcie CBT (Terapii Poznawczo-Behawioralnej). Forma wykłady i ćwiczenia**

- Podstawowe założenia podejścia CBT.
- Praca z myślami automatycznymi i emocjami.
- Nauka alternatywnych sposobów radzenia sobie z napięciem.
- Gotowe narzędzia terapeutyczne do wykorzystania podczas zajęć indywidualnych.
- Przykładowe scenariusze pracy i karty pracy.

#### **19.00–20.00 | Warsztat praktyczny – studium przypadku. Forma wykłady i ćwiczenia**

- Analiza rzeczywistych sytuacji problemowych.
- Ćwiczenia w parach.
- Planowanie interwencji wspierających dziecko lub nastolatka.
- Dobór narzędzi terapeutycznych i wychowawczych.

#### **20.00–20.30 | Omówienie ćwiczeń i wnioski. Forma wykłady i ćwiczenia**

- Dyskusja nad proponowanymi rozwiązaniami.
- Najczęstsze błędy w pracy z osobami samookaleczającymi się.
- Rekomendacje do dalszej pracy.

### **Dzień 3**

#### **16.30–18.00 | Trening Zastępowania Agresji (TZA) – założenia, struktura i zastosowanie w pracy z dziećmi i młodzieżą. Forma wykłady.**

- Geneza i cele Treningu Zastępowania Agresji.
- Trzy główne komponenty programu TZA:
  - trening umiejętności społecznych,
  - trening kontroli złości,
  - trening wnioskowania moralnego.
- Możliwości wykorzystania TZA w placówkach oświatowych, opiekuńczych i terapeutycznych.
- Przykłady ćwiczeń rozwijających kompetencje społeczne i emocjonalne.

#### **18.00–18.15 | Przerwa**

#### **18.15–19.15 | Tworzenie scenariuszy zajęć z wykorzystaniem elementów TZA. Forma ćwiczenia**

- Konstruowanie celów zajęć.
- Dobór ćwiczeń rozwijających umiejętności społeczne i samokontrolę.
- Tworzenie własnych scenariuszy pracy.
- Ćwiczenia indywidualne oraz praca w parach.

#### **19.15–19.45 | Prezentacja i omówienie przygotowanych scenariuszy. Forma wykłady i ćwiczenia**

- Analiza mocnych stron opracowanych programów.
- Wymiana doświadczeń i inspiracji.
- Wskazówki dotyczące wdrażania scenariuszy w codziennej pracy.

#### **19.45–20.00 | Podsumowanie szkolenia. Forma wykład.**

- Najważniejsze wnioski i rekomendacje.
- Omówienie możliwości wykorzystania zdobytej wiedzy w praktyce zawodowej.
- Sesja pytań i odpowiedzi.

#### **20.00–20.30 | Walidacja**

Walidacja efektów uczenia się odbywa się w formule zdalnej w czasie rzeczywistym i obejmuje test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie.

Forma zajęć: usługa realizowana jest w formie zdalnej w czasie rzeczywistym, z aktywnym udziałem uczestników, przy wykorzystaniu metod interaktywnych i aktywizujących, dostosowanych do specyfiki szkolenia online. W trakcie realizacji szkolenia stosowane będą m.in.: miniwykład interaktywny, dyskusja moderowana, burza mózgów, analiza studium przypadku (case study), ćwiczenia praktyczne

indywidualne i grupowe, symulacje i odgrywanie ról, analiza materiałów dydaktycznych, rozwiązywanie problemów oraz sesje pytań i odpowiedzi. Uczestnicy będą aktywnie zaangażowani w proces uczenia się poprzez analizę przypadków, opracowywanie propozycji ćwiczeń.

Czas trwania usługi rozwojowej został określony w godzinach zegarowych. Jedna godzina szkolenia to jedna godzina zegarowa (1 godzina zegarowa = 60 minut).

Łączny czas trwania usługi wynosi 12 godzin zegarowych (1 godzina zegarowa = 60 minut). Wszystkie moduły szkoleniowe zostały zaplanowane w oparciu o godziny zegarowe. Przerwy są wliczane do czasu trwania usługi.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 17

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 17</b> Wprowadzenie do szkolenia	Zajęcia	Klaudia Jasinska	12-10-2026	16:30	17:00	00:30
<b>2 z 17</b> Kim są dzieci i młodzież z trudnościami emocjonalnymi? Co kryje się za ich zachowaniem?	Zajęcia	Klaudia Jasinska	12-10-2026	17:00	18:30	01:30
<b>3 z 17</b> -	Przerwa	-	12-10-2026	18:30	18:45	00:15
<b>4 z 17</b> Indywidualny Plan Działania (IPD) – dostosowanie interwencji do potrzeb dziecka i nastolatka z trudnościami emocjonalnymi	Zajęcia	Klaudia Jasinska	12-10-2026	18:45	19:15	00:30
<b>5 z 17</b> Warsztat praktyczny – tworzenie Indywidualnego Planu Działania	Zajęcia	Klaudia Jasinska	12-10-2026	19:15	20:00	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>6 z 17</b> Omówienie i podsumowanie ćwiczenia	Zajęcia	Klaudia Jasinska	12-10-2026	20:00	20:30	00:30
<b>7 z 17</b> Samookaleczenia u dzieci i młodzieży – rozpoznawanie, rozumienie, reagowanie	Zajęcia	Klaudia Jasinska	16-10-2026	16:30	18:00	01:30
<b>8 z 17</b> -	Przerwa	-	16-10-2026	18:00	18:15	00:15
<b>9 z 17</b> Metody pracy z dziećmi i młodzieżą samookaleczającą się w nurcie CBT (Terapii Poznawczo-Behawioralnej)	Zajęcia	Klaudia Jasinska	16-10-2026	18:15	19:00	00:45
<b>10 z 17</b> Warsztat praktyczny – studium przypadku	Zajęcia	Klaudia Jasinska	16-10-2026	19:00	20:00	01:00
<b>11 z 17</b> Omówienie ćwiczeń i wnioski	Zajęcia	Klaudia Jasinska	16-10-2026	20:00	20:30	00:30
<b>12 z 17</b> Trening Zastępowania Agresji (TZA) – założenia, struktura i zastosowanie w pracy z dziećmi i młodzieżą	Zajęcia	Klaudia Jasinska	19-10-2026	16:30	18:00	01:30
<b>13 z 17</b> -	Przerwa	-	19-10-2026	18:00	18:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>14 z 17</b> Tworzenie scenariuszy zajęć z wykorzystaniem elementów TZA	Zajęcia	Klaudia Jasinska	19-10-2026	18:15	19:15	01:00
<b>15 z 17</b> Prezentacja i omówienie przygotowanych scenariuszy	Zajęcia	Klaudia Jasinska	19-10-2026	19:15	19:45	00:30
<b>16 z 17</b> Podsumowanie szkolenia	Zajęcia	Klaudia Jasinska	19-10-2026	19:45	20:00	00:15
<b>17 z 17</b> -	Walidacja	-	19-10-2026	20:00	20:30	00:30

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	12:00
w tym suma godzin zajęć	10:45
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	00:45
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	15:00

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	1 200,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	1 200,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
---------------------------	------------

Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN
--------------------------	------------

## Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
---------------	---------------

Liczba godzin zegarowych usługi	12:00
---------------------------------	-------

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Klaudia Jasinska

Klaudia Jasińska – magister psychologii, psychoterapeutka w trakcie certyfikacji w nurcie terapii poznawczo-behawioralnej, oligofrenopedagog specjalizująca się w pracy z dziećmi w spektrum autyzmu. Ukończyła również pedagogikę oraz zarządzanie oświatą. Certyfikowany trener Treningu Umiejętności Społecznych (TUS), z 10 letnim doświadczeniem, posiadająca przygotowanie w zakresie komunikacji wspomagającej i alternatywnej (AAC) oraz Porozumienia bez Przemocy (NVC) w praktyce.

Szerokie wykształcenie Klaudii Jasińskiej, poparte praktycznym doświadczeniem w pracy z dziećmi o zróżnicowanych potrzebach rozwojowych, czyni ją kompetentnym i świadomym trenerem. Jej interdyscyplinarne podejście łączy wiedzę psychologiczną, pedagogiczną i terapeutyczną, co przekłada się na wysoką jakość prowadzonych szkoleń. Szkolenie poprowadzi osoba nie tylko posiadająca wiedzę merytoryczną, ale również praktyczne umiejętności wdrażania skutecznych metod pracy – zarówno z dziećmi, jak i z zespołami specjalistów.

Posiada doświadczenie zawodowe w obszarze pracy z dziećmi i młodzieżą przejawiającymi zachowania agresywne, trudności w regulacji złości oraz zachowania autoagresywne, w tym stosowania metod wychowawczych i terapeutycznych oraz elementów Treningu Zastępowania Agresji (TZA), zdobyte na co najmniej 5 lat przed datą publikacji karty usługi w Bazie Usług Rozwojowych.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają pełen zestaw profesjonalnych materiałów edukacyjnych, które obejmują zarówno wiedzę teoretyczną, jak i praktyczne wskazówki. Dzięki tym materiałom uczestnicy będą mieli dostęp do niezbędnej wiedzy oraz narzędzi, które umożliwią im samodzielne wykorzystanie zdobytych umiejętności po zakończeniu kursu. Materiały szkoleniowe będą udostępnione na platformie Moodle w formacie PDF. Dzień przed szkoleniem każdy uczestnik otrzyma indywidualny login oraz hasło, umożliwiające dostęp do platformy. Po zalogowaniu będzie można pobrać profesjonalnie przygotowany komplet dokumentów.

### Warunki uczestnictwa

Wymagana jest frekwencja na poziomie co najmniej 80% udziału w szkoleniu. Potwierdzenie obecności odbywa się na podstawie listy obecności oraz dwóch zrzutów ekranu dokumentujących udział w szkoleniu. Ukończone 18 lat i wykształcenie minimum średnie.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, kosztów dojazdu oraz zakwaterowania.

## Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF ani w jakimkolwiek Regionalnym Programie lub FERS, ani przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu.

Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie lub swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług.

## Warunki techniczne

Miejsce realizacji usługi: on-line.

Szkolenie będzie przeprowadzane za pośrednictwem platformy ZOOM.

Wymagania sprzętowe

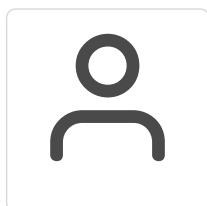
- Komputer, bądź laptop z aktualną przeglądarką internetową (polecany chrom) - wymagania sprzętowe: Dual Core 2Ghz lub wyższy, 4gb ram (zalecane)
- Smartfon, bądź tablet z systemem Android/iOS (wymagane pobranie aplikacji ZOOM)
- Słuchawki/Głośniki
- Mikrofon
- Wymagana jest kamera
- Dostęp do Internetu o preferowanej szybkości min. 1 MB/s

Dołączenie do szkolenia następuje poprzez kliknięcie w przesłany link (dostępny tylko i wyłącznie na czas trwania szkolenia).

Uczestnicy PROSZENI SĄ o logowanie się na szkolenie z komputera stacjonarnego lub laptopa. Logowanie się z urządzeń mobilnych (telefon, tablet) BARDZO CZĘSTO powoduje u uczestników nagminne wylogowanie się/rozłączenie/ z systemu konferencyjno-szkoleniowego, co utrudnia i zakłóca prowadzenie zajęć.

Ponieważ do rozliczenia usługi potrzebujemy raportu z logowań, proszę o umieszczenie następującego zapisu: „Podstawą do rozliczenia usługi, jest wygenerowanie z systemu raportu, umożliwiającego identyfikację wszystkich uczestników oraz zastosowanego narzędzia”- dotyczy to uczestników Projektu „FUR3”

## Kontakt



**KLAUDIA JASIŃSKA**

**E-mail** biuro@skeleton.com.pl

**Telefon** (+48) 786 183 809